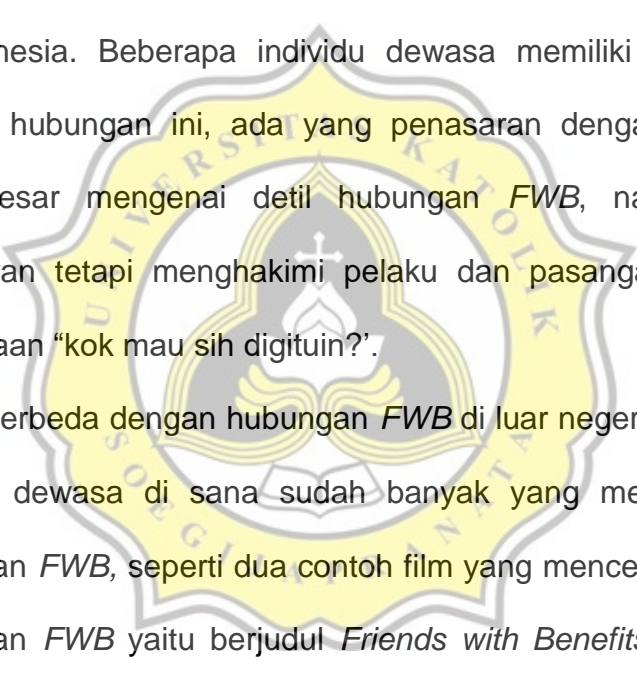


BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian mengenai *friends with benefits relationships (FWB)* karena peneliti memiliki informasi bahwa hubungan *FWB* belum banyak dipahami oleh individu di Indonesia. Beberapa individu dewasa memiliki rasa penasaran dengan hubungan ini, ada yang penasaran dengan keingintahuan yang besar mengenai detail hubungan *FWB*, namun ada yang penasaran tetapi menghakimi pelaku dan pasangan *FWB* dengan pertanyaan “kok mau sih gitu?”.

Berbeda dengan hubungan *FWB* di luar negeri, sebagian besar individu dewasa di sana sudah banyak yang memahami tentang hubungan *FWB*, seperti dua contoh film yang menceritakan mengenai hubungan *FWB* yaitu berjudul *Friends with Benefits* dan *No Strings Attached*. Kedua film tersebut memiliki akhir cerita yang membahagiakan, pasangan dalam film tersebut yang melakukan *FWB* meningkatkan hubungan mereka menjadi hubungan pacaran, namun di kehidupan nyata hubungan *FWB* yang peneliti ketahui, belum ada yang berakhir menjadi hubungan pacaran. Seperti pada potongan cerita di bawah yang disampaikan oleh salah satu pelaku *FWB*.

“Berdasarkan pengalamanku jadi pelaku FWB selama ini, aku pun juga enggak tau persis apa yang aku cari. Aku

sudah punya pacar dan kami pacaran jarak jauh beda pulau. Pasangan FWB ku adalah mantan bos ku di tempat kerjaku sekarang. Mantan bos ku di kantor memang single, umurnya udah 34 tahun, tidak memiliki pacar. Untuk kehidupan dia sudah cukup, punya rumah sendiri dan punya penghasilan sendiri. Aku selalu ditelpon oleh mantan bosku kemudian disuruh berkunjung ke rumahnya. Aku ke sana dan bertemu dengan mantan bosku, kemudian kami ke kamarnya dan melakukan hubungan seksual layaknya suami istri. Setelah kami selesai melakukan hubungan seksual, kami berdua melanjutkan ngobrol. Mantan bos ku yang lebih banyak cerita mengenai kehidupannya. Menurutku dia butuh teman untuk pillow talk”

-Ad,29tahun

Potongan cerita di atas merupakan hasil wawancara peneliti pada tanggal 2 Mei 2018 tentang pengalaman seseorang yang memiliki pasangan FWB. AD merasa bahwa sang perempuan akan menghubungi dia ketika sedang membutuhkan teman cerita. Ketika mereka bertemu hal yang akan dilakukan pertama adalah melakukan hubungan seksual yang akan diakhiri dengan *pillow talk*. Menurut AD faktor-faktor yang memengaruhi seseorang menjadi pelaku FWB adalah ia membutuhkan orang yang berada di dekat AD yang bisa menjadi pendengar AD, AD juga meyakini bahwa ia tidak akan menyukai pasangannya seperti layaknya orang pacaran.

Ada kisah lain yang menceritakan hubungan FWB yang dijalani berawal dari putusnya kisah asmara pasangan tersebut. Ia mengatakan bahwa lebih baik menjalin hubungan FWB dengan mantan pacar daripada dengan sembarang lawan jenis yang mereka kenal karena resiko untuk terkena penyakit menular seksual sangat besar. Ketika pelaku melakukan hubungan FWB dengan mantan

pacar, ia mengatakan bahwa hubungan tersebut murni hubungan seksual tanpa adanya ungkapan kasih sayang seperti saat mereka berpacaran. Ketika pelaku sedang ingin melakukan hubungan seksual, pelaku langsung menghubungi pasangannya dan mereka langsung melakukan hubungan seksual.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara peneliti dengan beberapa pelaku *FWB*, pelaku menyatakan bahwa mereka memiliki hubungan pertemanan yang menurutnya istimewa. Para pelaku menceritakan mengenai hubungan pertemanan yang ada hubungan seksual dengan lawan jenisnya, dan mereka menyebutnya hubungan *FWB*. Menurut salah satu pelaku *FWB*, hubungan *FWB* saat ini sedang banyak dilakukan oleh orang muda yang sedang bekerja. Pengalaman mereka, mereka memiliki keinginan untuk melakukan hubungan seksual namun belum memiliki pasangan. Pelaku yang menjalani hubungan *FWB* menceritakan kepada peneliti bahwa mereka tidak bisa memiliki sebuah komitmen dengan lawan jenisnya, sehingga pelaku memilih untuk menjalani hubungan *FWB* dengan temannya.

Hubungan pertemanan pada usia dewasa didefinisikan hubungan timbal balik yang terlibat saling memengaruhi perilaku dan keyakinan. Kualitas dari sebuah pertemanan dinilai sebagai kepuasan yang diperoleh dari hubungan tersebut. Berdasarkan hasil penelitian jangka panjang, menunjukkan bahwa hubungan pertemanan pada

usia dewasa, terkadang bisa diprediksi dan tidak. Hubungan pertemanan pada usia dewasa yang mungkin dialami oleh kebanyakan orang, adanya transisi kehidupan seperti melanjutkan perkuliahan di kota yang berbeda, menikah dengan pasangannya. (Kail & Cavanaugh, 2018). Usia dewasa muda mengembangkan hubungan pertemanan yang dijalani menjadi hubungan yang romantis, namun hubungan yang romantis merupakan hubungan yang rumit. Dewasa muda yang menjalani hubungan yang romantis, mengalami gairah lebih tinggi dibandingkan dengan keintiman dan komitmen sehingga menimbulkan risiko tinggi dalam kesalahpahaman saat menjalani hubungan yang romantis (Cavanaugh & Blanchard-Fields, 2015) .

Masa dewasa muda ditandai oleh krisis psikososial keintiman versus isolasi. Keintiman adalah kemampuan untuk mencampurkan identitas seseorang dengan identitas orang lain tanpa takut kehilangan identitas dirinya sendiri. Manusia yang tidak begitu pasti dengan identitas mereka akan menunjukkan sikap malu-malu dari keintiman psikososial atau mencari keintiman dengan penuh keputusasaan melalui hubungan-hubungan seksual yang tidak bermakna (Feist & Feist, 2008).

Jonason (2013) menyatakan berdasarkan fungsi dari sebuah hubungan, dapat dikategorikan menjadi empat jenis hubungan, yaitu (1) *sexual gratification* (kepuasan seksual), yang diibaratkan sebagai

one night stand; (2) *Socioemotional support* (dukungan sosio-emosi), yang dianggap sebagai hubungan romantis serius; (3) *Trial run* (uji coba), hubungan ini sebagai uji coba untuk mengarah ke hubungan yang lebih serius; (4) *Placeholder*, sebuah hubungan yang berfungsi untuk menghilangkan kebosanan atau sampai ada orang yang lebih baik datang.

Berdasarkan pendapat Garcia, Soriano, dan Arriaza (2014) tipe hubungan ada beberapa jenis, *long-term relationship* merupakan hubungan yang biasanya terdiri dari komitmen dan *romance* yang biasanya dikenal dengan sebutan pacaran. *Short-term relationship* merupakan hubungan yang biasa yang terdiri dari hubungan kasual seksual (*CSREs / casual sexual relationship and experiences*) , seperti *one night stand/ hook up* (hubungan dengan orang asing yang baru dikenal dan terkadang merupakan teman, namun tidak berulang), *the booty call* (hubungan dengan teman namun diawali dengan panggilan), namun ada tambahan jenis hubungan yaitu *FWB* (hubungan dengan teman, namun dalam *FWB* pasangan seksualnya harus temannya sebelum melakukan hubungan seksual pertama kali (Rodrigue, Blais, Lavoie, Adam, Magontier, & Goyer, 2015). Idealnya pasangan yang sudah memiliki hubungan yang sempurna akan memiliki keinginan untuk menjalin sebuah hubungan dengan tujuan pernikahan, namun adanya kesenjangan yang muncul pada saat ini terkait dengan *FWB*, menyebabkan individu memilih untuk tidak

memiliki tujuan pernikahan dalam menjalani hubungan sebagai pelaku *FWB*.

Giorgi (2013) menyatakan bahwa berdasarkan data yang diberikan oleh Hughes dalam sebuah jurnal penelitian, pelaku *FWB* memiliki beberapa aturan yang harus ditaati. Aturan yang sering digunakan pada pelaku *FWB* terdiri dari kategori emosi, komunikasi dan seks. Peraturan mengenai sisi emosi pelaku *FWB* adalah seseorang harus mengatur emosi supaya tidak merasakan jatuh cinta pada pasangannya. Sisi komunikasi yang harus diterapkan mengenai seringnya waktu untuk berkomunikasi dan kejujuran yang bisa ditunjukkan dalam hubungan *FWB*. Ketiga mengenai seberapa banyak keintiman fisik pasangan *FWB* yang dapat secara aktif melakukan hubungan seksual dengan pasangannya.

Hubungan *FWB* erat kaitannya dengan secara aktif melakukan hubungan seksual yang memiliki risiko tinggi, salah satunya terkena *human immunodeficiency virus* (HIV) dan *immunodeficiency syndrome* (AIDS). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada periode April-Juni 2019 terdapat laporan 11.519 laporan kasus HIV dan terdapat 1.463 kasus AIDS. Secara kumulatif, dari tahun 2005-2019, jumlah pelaporan individu yang terinfeksi HIV sebanyak 349.882 jiwa. Jumlah individu yang terinfeksi HIV sebesar 71,1% ditemukan pada kelompok usia 25 – 49 tahun dan kurang lebih 14,4% terjadi pada kelompok usia 20 – 24 tahun. Jumlah kasus HIV

yang dilaporkan terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, sementara jumlah AIDS relatif stabil (Sugihantono, 2019).

Berdasarkan kelompok usia yang paling banyak dengan estimasi ODHA dan disesuaikan dengan kelompok usia pada teori Erik Erikson, kelompok tersebut masuk pada usia dewasa awal dan usia dewasa. Kelompok usia dewasa awal sekitar usia 19 sampai 30 tahun, dan kelompok usia dewasa sekitar 31 sampai 60 tahun (Feist & Feist, 2008). Berdasarkan pengamatan yang ada di lingkungan penulis, pada usia 24 sampai 30 tahun sebagian besar menjalin pacaran sebelum menikah, berbeda dengan yang diceritakan oleh kenalan penulis bahwa mereka tidak memiliki keinginan untuk menjalin sebuah komitmen.

Berdasarkan hasil penelitian Giorgi (2013) di California sebanyak 39,6% partisipan setuju dan 24,5% partisipan sangat setuju bahwa aspek penting dalam pasangan *FWB* adalah hubungan seksual dengan pasangannya. Sebanyak 57,2% setuju bahwa pasangan *FWB* puas dalam kebutuhan seksual pelaku *FWB*. Orang tersebut akan dengan mudah untuk menyampaikan yang disukai dan tidak sukai mengenai cara berhubungan seksual. Hampir semua partisipan sebanyak 50,7% setuju dan 40,3% sangat setuju bahwa berhubungan seksual menyenangkan untuk dia dan pasangannya.

Perempuan dan laki-laki terkadang memiliki motivasi dan ekspektasi yang berbeda terhadap hubungan *FWB* yang sedang

dijalani. Menurut Weaver, MacKeigan, dan MacDonald (2011) keterbukaan atau kurangnya komunikasi pada pasangan *FWB* menentukan keberhasilan dari hubungan *FWB*. Sebagian partisipan menjelaskan bahwa komunikasi yang langsung, terbuka, dan jujur merupakan tindakan pencegahan terbaik munculnya hasil negatif dalam menjalani hubungan *FWB*.

FWB merupakan salah satu hubungan yang rumit untuk dijalani, hal ini disebabkan karena kurangnya komunikasi yang intens dengan pasangannya. Menurut Bisson dan Levine (2007) penyebab rumitnya sebuah hubungan *FWB* adalah banyaknya aturan yang harus ditaati saat menjalani hubungan ini. Pelaku *FWB* tidak bisa mengkomunikasikan tentang hubungan seksual setinggi ekspektasi pelaku *FWB*. Pelaku *FWB* memiliki kebebasan lebih untuk membicarakan mengenai keinginan seksual dan bisa meminta seperti yang dilakukan oleh pasangan romantis pada umumnya. Hasil penelitian Lehmiller, Venderdrift, dan Kelly (2014) menunjukkan bahwa pasangan *FWB* kecil kemungkinannya untuk mendiskusikan mengenai keinginan terkait kebutuhan seksual para pelaku *FWB*, memberikan batasan seksual, dan membicarakan mengenai penyakit menular seksual dan kontrasepsi.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Lehmiller, VanderDrift, dan Kelly (2011) menunjukkan bahwa ekpektasi partisipan terhadap pasangan *FWB* yang sedang dijalani berharap hubungan *FWB* dapat

tetap seperti awal. Ketika Lehmiller dkk melakukan penelitian ekspektasi kedepan terhadap hubungan *FWB* yang sedang dijalani dikaitkan dengan jenis kelaminnya, menunjukkan hasil bahwa sebagian besar perempuan berharap hubungan *FWB* bisa berubah menjadi hubungan romantis, persahabatan dasar, atau tidak ada hubungan sama sekali. Berbeda dengan jenis kelamin laki-laki, partisipan laki-laki lebih cenderung menginginkan hubungan tersebut bertahan seterusnya.

“Menurutku, aku menjalani FWB hanya sebatas bersenang-senang saja. Tidak memungkiri sih kalau sampai dibawa perasaan terus ada rasa sakit hati. Efek yang aku dapat kaya habis relaksasi, jadi lebih tenang kan iseng-iseng berhadiah jadi ada rasa lega setelah itu. Kalau efek negatif menurutku karena jadi enggak mau punya tanggung jawab pada sebuah hubungan sih, kan pelaku FWB tidak mau tanggung jawab tapi cuma mau enaknya saja.”

-Za, 34tahun

Potongan cerita di atas merupakan hasil wawancara peneliti pada tanggal 18 Maret 2019 tentang efek yang ditimbulkan ketika menjalani sebuah hubungan *FWB*. ZA merasa bahwa dampak positif yang didapatkan seperti selesai melakukan relaksasi, ada perasaan tenang karena ZA tidak perlu memiliki tanggung jawab terhadap pasangannya. Menurut ZA ketika ia tidak ingin memiliki tanggung jawab terhadap sebuah hubungan dan pasangannya, hal itu merupakan dampak negatif yang ditimbulkan dari hubungan *FWB*. Selain itu, ketika memiliki hubungan *FWB* tidak dipungkiri bahwa ZA

sedikit terbawa perasaan dan menimbulkan rasa sakit hati ketika ZA melihat pasangannya dengan orang lain.

Hasil dari penelitian tentang *FWB* menyebutkan adanya keuntungan yang didapatkan dari hubungan tersebut, yaitu (1) partisipan mendapatkan kepuasan seksual tanpa perlu adanya sebuah komitmen dengan lawan jenis, (2) partisipan dapat menghindari komitmen untuk sebuah hubungan yang serius, (3) dapat meningkatkan rasa percaya diri dan rasa aman karena melakukan hubungan seksual dengan temannya, (4) memiliki resiko yang kecil untuk tersakiti oleh pasangannya, (5) hubungan *FWB* merupakan cara yang efektif untuk memiliki kedekatan dan melanjutkan persahabatan dengan pasangannya, (6) memiliki kebebasan terhadap keinginan untuk berhubungan seksual dengan lawan jenis, dan (7) merasa mudah untuk menghubungi temannya ketika ingin melakukan hubungan seksual (Afifi & Faulkner, 2000; Bisson & Levine, 2007; Halatsis & Christakis, 2009; Weaver, dkk, 2011; Garcia, dkk, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian Gusarova, Fraser, dan Alderson (2012), tidak ada perbedaan gender dalam memiliki keinginan untuk meningkatkan hubungan *FWB* menjadi hubungan pacaran, namun, kebanyakan partisipan yang memiliki keinginan untuk meningkatkan hubungan *FWB* menjadi pacaran adalah partisipan yang memiliki pengalaman negatif saat menjalani hubungan *FWB*. Perbedaan berdasarkan jenis kelamin dalam melihat alasan dan ekspektasi

terhadap hubungan *FWB*, perempuan lebih cenderung menunjukkan angan terhadap *FWB* daripada laki-laki, dan laki-laki lebih cenderung mencari kepuasan seksual dan melakukan seksual tanpa adanya komitmen daripada perempuan.

Penelitian Owen dan Fincham (2009) menyebutkan bahwa adanya reaksi emosi positif dan reaksi emosi negatif yang muncul akibat menjalani hubungan *FWB*. Reaksi emosi positif terdiri dari rasa bahagia, rasa diinginkan, perasaan berpetualang, rasa sendang dan bersemangat. Reaksi emosi negatif terdiri dari rasa canggung, kecewa, perasaan kosong, bingung, dan merasa digunakan. Hasil dari penelitian ini, baik laki-laki maupun perempuan sama-sama memiliki reaksi emosi positif terkait *FWB*, perbedaan hasil yang signifikan nampak pada reaksi emosional terkait dengan hubungan *FWB*.

Owen & Fincham (2009) kemudian ingin melihat pengaruh faktor psikososial apabila dikaitkan dengan reaksi emosi selama menjalani hubungan *FWB*, faktor psikososial terdiri dari penggunaan alkohol, tekanan psikologis, dan perhatian terkait dengan pengambilan keputusan pada sebuah hubungan. Hasilnya partisipan yang menggunakan alkohol dan memiliki reaksi emosi negatif terkait secara signifikan terhadap reaksi emosi positif. Selain itu, tekanan psikologis, kendala dalam berkomitmen, dan kesadaran resiko dalam menjalin hubungan *FWB* terkait secara signifikan terhadap reaksi emosi positif yang ditimbulkan. Perbedaan signifikan pada jenis

kelamin, terlihat pada diskusi dalam memiliki keinginan untuk menjalin hubungan yang lebih serius dengan pasangan *FWB*. Hasilnya, perempuan memiliki prosentase yang lebih besar daripada laki-laki.

Penelitian Garcia, Soriano, & Arriaza (2014) melihat perbedaan reaksi emosi dari laki-laki dan perempuan terkait pengalaman menjalani *FWB*. Reaksi emosi yang muncul terdiri dari reaksi emosi positif (rasa bahagia, rasa diinginkan, perasaan puas, berpetualang, bersemangat) dan reaksi emosi negatif (kosong, bingung, merasa digunakan, canggung, merasa tertipu). Hasilnya, laki-laki dan perempuan menunjukkan bahwa reaksi emosional yang muncul lebih positif daripada negatif, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan psikologis partisipan.

Selain keuntungan, ekspektasi, reaksi emosi yang didapat dari hubungan *FWB*, didapatkan juga aspek negatif yang muncul dari hubungan *FWB*. Bisson & Levine (2007) menemukan bahwa hubungan *FWB* akan mempersulit hubungan persahabatan antara laki-laki dan perempuan. Weaver, MacKeigan, & MacDonald (2011) menunjukkan aspek negatif yang muncul berdasarkan hasil penelitiannya, (1) resiko untuk tersakiti secara emosional karena salah satu dari pelaku *FWB* memiliki perasaan mendalam terhadap pasangannya namun tidak terbalas, (2) hubungan pertemanan bisa rusak karena adanya komponen seksual di dalamnya, dan (3) hubungan pertemanan menjadi lebih kompleks karena adanya salah

satu pihak yang memiliki perasaan lebih dalam sehingga menimbulkan hubungan yang canggung daripada sebelumnya.

Berdasarkan dari semua jurnal penelitian yang pernah dilakukan di negara barat, dampak positif yang muncul saat menjalin hubungan *FWB* adalah (1) pelaku memiliki perasaan bahagia karena diinginkan oleh orang lain, (2) meningkatkan perasaan percaya diri karena pelaku melakukan hubungan seksual dengan temannya, (3) hubungan *FWB* merupakan suatu hubungan yang efektif untuk memiliki kedekatan dan persahabatan dengan orang lain. Dampak negatif yang muncul saat menjalin hubungan *FWB* adalah (1) pelaku memiliki resiko untuk tersakiti secara emosional apabila memiliki rasa suka dengan pasangannya sehingga bisa merusak pertemanan yang sudah terjalin, (2) pelaku tidak memiliki tanggung jawab dalam menjalani sebuah hubungan, (3) hubungan pertemanan yang sudah terjalin akan menjadi canggung apabila ada salah satu pihak yang memiliki perasaan lebih.

Dampak-dampak yang muncul secara positif dan negatif dari sebuah hubungan *FWB* dilakukan dengan subjek dari luar negeri di negara barat, sehingga menarik untuk diteliti di Indonesia yang memiliki norma dan budaya yang berbeda dengan luar negeri. Individu di Indonesia masih memiliki batasan norma dan budaya yang membuat hubungan *FWB* menjadi bahasan umum di masyarakat,

sehingga peneliti ingin menunjukkan dampak yang muncul ketika seseorang menjalani hubungan *FWB* di Indonesia.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana dampak yang muncul ketika dewasa awal melakukan *friend with benefits relationships*?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan dampak yang muncul ketika ketika dewasa awal melakukan *friend with benefits relationships*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, menjadikan referensi dalam mencari mengenai dampak yang muncul pada pasangan *FWB* dalam bidang psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai fenomena *FWB* supaya fenomena *FWB* dapat dikendalikan.